సాక్షి
శ్రీపొట్టి శ్రీరాములు నెల్లూరు
ఆదివారం । 7 । ఏప్రిల్ । 2024



కావలిలో నిర్వహించిన మేమంతా సిద్ధం సభకు హాజరైన అశేష జనసందోహం





రానున్న ఎన్నికల్లో వైఎస్సార్‌సీపీకి అఖండ విజయం చేకూర్చేందుకు మేమంతా సిద్ధం అని ప్రజలు ముక్తకంఠంతో చెప్పారు. కావలిలో సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో శనివారం నిర్వహించిన మేమంతా సిద్ధం సభే దీనికి నిదర్శనమైంది. మండుటెండను సైతం లెక్కచేయకుండా అశేష ప్రజానీకం భారీగా తరలివచ్చి తమ నేత ప్రసంగాన్ని ఆలకించి మంత్రముగ్ధులయ్యారు. తొలుత నెల్లూరు రూరల్ మండలం చింతారెడ్డిపాళెంలో బస చేసిన ప్రాంతం నుంచి బస్సుయాత్రను ఉదయం ప్రారంభించిన ఆయనకు దారిపొడవునా ప్రజలు నీరాజనాలు పలికారు. చింతారెడ్డిపాళెం.. కోవూరు క్రాస్‌రోడ్డు.. రాజుపాళెం.. సున్నపుబట్టి.. కావలి.. ఇలా ప్రతి చోట తమ ప్రియతమ నేతను చూసేందుకు ప్రజలు పోటీపడ్డారు. తన కోసం వచ్చిన వారిని సీఎం ఆప్యాయంగా పలకరించి వారి యోగక్షేమాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. చిన్నారులు.. యువతులు.. వృద్ధులు.. ఇలా ప్రతి ఒక్కరితో సెల్ఫీలు దిగి వారిలో ఆనందోత్సాహాలను నింపారు.

మీరే మా ఆశ శ్వాస

సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డిని చూసేందుకు పోటెత్తిన జనాలు

- మండుటెండను సైతం లెక్కచేయక..
- కావలిలో జనసునామీ
- మేమంతా సిద్ధం సూపర్ సక్సెస్



జననేత జగన్‌పై పూల వర్షం

సాక్షి ప్రతినిధి, నెల్లూరు: భానుడి ప్రతాపం ప్రజాభిమానం ముందు చిన్నబోయింది. తమ ప్రియతమ నేతను చూడగానే వారిలో అభిమానం ఉప్పొంగింది. దారి పొడవునా పండగ వాతావరణం కనిపించింది. మేమంతా సిద్ధం పేరుతో సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి చేపట్టిన బస్సుయాత్ర జిల్లాలో ఆద్యంతం ఆనందోత్సాహాల మధ్య సాగింది. కష్టజీవులు.. విద్యార్థులు.. వృద్ధులు.. వ్యాపారులు.. ఇలా ప్రతి ఒక్కరూ తమ పనులను మానుకొని జననేతను చూసి తరించిపోయారు. మా ఆశ.. శ్వాస నీవేనంటూ ఆశీర్వదించారు.

ఉదయం పది గంటలకు ప్రారంభం

నెల్లూరు రూరల్ పరిధిలోని చింతారెడ్డిపాళెం వద్ద బస చేసిన ప్రాంతం నుంచి బస్సుయాత్రను సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఉదయం పది గంటలకు ప్రారంభించారు. జిల్లాలోని 8 అసెంబ్లీ, పార్లమెంట్ స్థానాలను గెలవాలంటూ టీ షర్టులపై 8 / 8 అనే వైఎస్సార్‌సీపీ స్టాంపును సీఎం వేశారు. పార్టీ నెల్లూరు లోక్‌సభ అభ్యర్థి విజయసాయిరెడ్డితో పాటు ఆయా నియోజకవర్గాల పార్టీ అభ్యర్థులు ఆయనతో పయనమయ్యారు.

దారి పొడవునా ఘన స్వాగతం

చింతారెడ్డిపాళెంలోని స్వాగత పాయింట్ వద్ద పార్టీ నెల్లూరు రూరల్ అభ్యర్థి ఆదాల ప్రభాకర్‌రెడ్డి వేలాది మందితో కలిసి ఘన స్వాగతం పలికారు. నెల్లూరు నగర పరిధిలోని కిసాన్‌నగర్ వద్ద మహిళలు తమ అభిమాన నేతను చూసేందుకు రహదారిపైకి చేరుకున్నారు. వీరికి అభివాదం చేస్తూ ముందుకు సాగారు. భగత్‌సింగ్ కాలనీ వద్ద వాహనాన్ని నిలిపి మహిళలను ఆప్యాయంగా పలకరించారు. జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మరోసారి సీఎం కావాలని కాంక్షిస్తూ ముస్లిం మతపెద్దలు ప్రార్థనలు చేశారు.

బ్రహ్మరథం



సీఎం జగన్ దంపతుల చిత్రపటంతో స్వాగతం

కావలి నియోజకవర్గంలోని ఉలవపాళ్ల, ముంగమూరు ప్రాంతాల్లో జననేతకు జనం నీరాజనాలు పలికారు. గజమాలతో ఆహ్వానించారు. ప్రభుత్వ పథకాలు అందుతున్నాయా అని సీఎం ఆరాతీశారు. మండుటెండను సైతం లెక్కచేయకుండా తన కోసం మీరు ఇంత దూరం వచ్చారా తల్లి అంటూ ఆప్యాయంగా పలకరించారు. కావలి సమీపంలోని ఆరెస్సార్ ఇంటర్నేషనల్ స్కూల్ వద్దకు చేరుకున్నారు. స్థానికంగా రాజీనామాలు చేసిన వలంటీర్లను పలకరించి భరోసా కల్పించారు. మరోసారి మన ప్రభుత్వమే రానుందని, తొలి సంతకం మీ ఫైలుపైనేనంటూ వారిలో ధీమా నింపారు.

సభ విజయవంతం

కావలిలో ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభ సూపర్ సక్సెస్ అయింది. లక్షలాది మంది ప్రజలు చేరుకోవడంతో జాతీయ రహదారి జనసంద్రమైంది. దాదాపు మూడు కిలోమీటర్ల మేర వాహనాలు నిలిచిపోవడంతో సుమారు పది వేల మంది సభాస్థలికి చేరుకోలేకపోయారు.



సీఎంను కలిసిన తన్మయత్వంలో మహిళ



మరోసారి సీఎం కావాలని ఆశీర్వదిస్తూ..





మామయ్యతో చిన్నారి హై..ఫైవ్



జననేత రాకతో కావలిలో కోలాహలం

వీరే మీ సారథులు..

కావలిలో శనివారం నిర్వహించిన మేమంతా సిద్ధం సభలో నెల్లూరు లోక్‌సభ అభ్యర్థితో పాటు ఆయా నియోజకవర్గాల ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులను సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి జనసందోహానికి పరిచయం చేశారు. మీ అందరికీ వీరు మంచి చేస్తారనే నమ్మకం తనకు ఉందని.. వీరిని భారీ మెజార్టీతో గెలిపించాలని కోరారు. – కావలి



విజయసాయిరెడ్డి (నెల్లూరు లోక్‌సభ అభ్యర్థి)



ప్రతాప్‌కుమార్‌రెడ్డి (కావలి)



ఆదాల ప్రభాకర్‌రెడ్డి (నెల్లూరు రూరల్)



ప్రసన్నకుమార్‌రెడ్డి (కోవూరు)



ఖలీల్ అహ్మద్ (నెల్లూరు సిటీ)



రాజగోపాల్‌రెడ్డి (ఉదయగిరి)



విక్రమ్‌రెడ్డి (ఆత్మకూరు)



మధుసూదన్‌యాదవ్ (కందుకూరు)



కోవూరు క్రాస్‌రోడ్డు వద్ద భారీ జనసందోహం నడుమ సాగుతున్న బస్సుయాత్ర



చింతారెడ్డిపాళెం వద్ద సీఎంకు స్వాగతం పలికేందుకు వేచి ఉన్న ఆదాల ప్రభాకర్‌రెడ్డి, అరుణమ్మ తదితరులు

ఎమ్మెల్యే ప్రసన్న ఘన స్వాగతం



స్వాగతం పలికేందుకు సిద్ధంగా ప్రసన్నకుమార్‌రెడ్డి

కోవూరు: పట్టణ పరిధిలోని సాయిబాబా మందిరం వద్ద సీఎం జగన్‌మోహన్‌రెడ్డికి కోవూరు ఎమ్మెల్యే నల్లపరెడ్డి ప్రసన్నకుమార్‌రెడ్డి ఘన స్వాగతం పలికారు. తన కోసం వచ్చిన అవ్వాతాతలు.. అక్కచెల్లెమ్మలను సీఎం ఆప్యాయంగా పలకరించారు. డీసీఎమ్మెస్ చైర్మన్ వీరి చలపతిరావు, డీఏబీ చైర్మన్ నిరంజన్‌బాబురెడ్డి, ఏఎంసీ చైర్మన్ పచ్చిపాల రాధాకృష్ణారెడ్డి పాల్గొన్నారు.

- రాజుపాళెం పరిధిలోని జాతీయ రహదారి సమీపాన ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక శిబిరం వద్దకు వేలాది మంది ప్రజలు చేరుకున్నారు. ప్రజల కోసం టెంట్లతో పాటు మంచినీరు, మజ్జిగ ప్యాకెట్లను అందజేశారు.



పార్టీ పతాకాలతో బుల్లెట్‌పై యువతి సందడి



బస్సు వద్దకు చేరుకున్న ప్రజానీకానికి అభివాదం చేస్తున్న సీఎం జగన్



వచ్చాడు.. మన జగన్ మామయ్య..



ప్రియతమ నేతకు స్వాగతం పలికేందుకు హైవేపై నిరీక్షణ



అభిమాన ఝరి



కావలిలో జరిగిన మేమంతా సిద్ధం సభా వేదికపై ఆశీనులైన సీఎం వైఎస్ జగన్, పక్కన జిల్లా ప్రజాప్రతినిధులు, వైఎస్సార్‌సీపీ నేతలు

సంక్షేమ సారథికి నీరాజనం

సంక్షేమ సారథికి సింహపురి నీరాజనం పలికింది. విజయోస్తు అంటూ ఆశీర్వదించింది. ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా సీఎం జగన్‌మోహన్ రెడ్డి శనివారం జిల్లాలో చేపట్టిన బస్సు యాత్రకు దారి పొడవునా జనం బ్రహ్మరథం పట్టారు. అభిమానంతో పూల వర్షం కురిపించారు. జై జగన్ నినాదాలతో హోరెత్తించారు. జన నేతను చూసిన చిన్నాపెద్ద మురిసిపోయారు. –సాక్షి ఫొటోగ్రాఫర్, నెల్లూరు


కందుకూరులో రోడ్‌షోలో ప్రజలకు అభివాదం చేస్తున్న సీఎం వైఎస్ జగన్


సిద్ధం సభా వేదిక వద్దకు వస్తున్న సీఎం జగన్‌కు స్వాగతం పలుకుతున్న వైఎస్సార్‌సీపీ శ్రేణులు, ప్రజలు


మేమంతా సిద్ధం ప్లకార్డులను ప్రదర్శిస్తున్న మహిళలు


అభిమాన నేతకు స్వాగతం పలికేందుకు జాతీయ రహదారిపై బారులుదీరిన ప్రజలు

సీఎం జగన్‌ను కలిసిన జిల్లా నేతలు

నెల్లూరు(దర్గామిట్ట): బస్సు యాత్రలో భాగంగా నెల్లూరులోని చింతారెడ్డిపాళెం వద్ద విడిది చేసిన సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డిని పలువురు జిల్లా నేతలు శనివారం మర్యాద పూర్వకంగా కలిసి పుష్ప గుచ్ఛాలు అందజేశారు. రాష్ట్ర వ్యవసాయశాఖ మంత్రి కాకాణి గోవర్ధన్‌రెడ్డి, నెల్లూరు ఎంపీ అభ్యర్థి విజయసాయిరెడ్డి, మాజీ ఎంపీ మేకపాటి రాజమోహన్ రెడ్డి, పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు పర్వతరెడ్డి చంద్రశేఖర్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యేలు మేకపాటి విక్రమ్‌రెడ్డి, రామిరెడ్డి ప్రతాప్‌కుమార్‌రెడ్డి, మానుగుంట మహీధర్‌రెడ్డి, ఉదయగిరి, నెల్లూరు సిటీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులు మేకపాటి రాజగోపాల్‌రెడ్డి, ఖలీల్‌అహ్మద్, డీసీసీబీ చైర్మన్ సత్యనారాయణరెడ్డి, మేయర్ స్రవంతి, ఆనం జయకుమార్‌రెడ్డి, నుడా చైర్మన్ ద్వారకనాథ్ ఉన్నారు.

జగన్‌కు జనహారతి

- బస్సు యాత్రకు భారీగా తరలివచ్చిన కందుకూరు వాసులు
- పోస్టాఫీస్ సెంటర్‌లో గజమాలతో స్వాగతం పలికిన బుర్రా
- ప్రజలకు అభివాదం చేస్తూ ముందుకు సాగిన సీఎం వైఎస్ జగన్

కందుకూరు: ఎన్నికల ప్రచార బస్సు యాత్రలో భాగంగా శనివారం కందుకూరుకు చేరుకున్న ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డికి ప్రజలు ఘనస్వాగతం పలికారు. కావలిలో మేమంతా సిద్ధం సభను ముగించుకున్న సీఎం బస్సు యాత్ర ద్వారా చేవూరు వద్ద కందుకూరు నియోజకవర్గంలోకి ప్రవేశించారు. అనంతరం ఉలవపాడు మీదుగా సింగరాయకొండ జంక్షన్ నుంచి ఓగూరుకు చేరుకున్నారు. అక్కడ తనను చూసేందుకు రోడ్డు మీదకు పెద్ద ఎత్తున తరలివచ్చిన ప్రజలకు బస్సులో నుంచే అభివాదం చేస్తూ జగన్ ముందుకు సాగారు. అనంతరం రెవెన్యూకాలనీ, కోటారెడ్డి హాస్పిటల్ సెంటర్ వద్ద పెద్దఎత్తున రోడ్లపైకి వచ్చిన ప్రజలు జగన్‌ను చూడగానే కేరింతలు కొట్టారు. పోస్టాఫీస్ సెంటర్ వద్ద భారీ గజ మాలతో కందుకూరు ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి బుర్రా మధుసూదన్‌యాదవ్ స్వాగతం పలికారు. బస్సు పైకి ఎక్కిన సీఎం జగన్ ప్రజలకు అభివాదం చేశారు. వైఎస్సార్‌సీపీ పట్టణాధ్యక్షుడు షేక్ రఫి రంజాన్ మాసాన్ని పురస్కరించుకుని సీఎంకు ముస్లిం సంప్రదాయ టోపీ ఇచ్చి శాలువా కప్పారు. అనంతరం కొంచెం ముందుకు రాగానే మహిళలు రోడ్లపైకి వచ్చి బస్సుకు హారతులు ఇచ్చి స్వాగతం పలికారు. అక్కడి నుంచి డిపో సెంటర్, కోర్టు సెంటర్, దూబగుంట మీదుగా కందుకూరు నియోజకవర్గాన్ని దాటి రాత్రి బస ప్రాంతానికి వెళ్లారు.


సీఎం జగన్‌కు హారతులు పడుతున్న మహిళలు

జిల్లాను క్లీన్ స్వీప్ చేస్తాం

- రాష్ట్రంలో 2019 ఫలితాలను మించి సీట్లు సాధిస్తాం
- బీజేపీకి ద్రోహం చేస్తూ టీడీపీ కోసం పనిచేస్తున్న పురందేశ్వరి
- వైఎస్సార్‌సీపీ నెల్లూరు ఎంపీ అభ్యర్థి విజయసాయిరెడ్డి

కావలి: రానున్న ఎన్నికల్లో జిల్లాలోని నెల్లూరు పార్లమెంట్ స్థానంతో పాటు ఏడు అసెంబ్లీ స్థానాలను కైవసం చేసుకుని క్లీన్‌స్వీప్ చేస్తామని నెల్లూరు వైఎస్సార్‌సీపీ ఎంపీ అభ్యర్థి విజయసాయిరెడ్డి అన్నారు. శనివారం కావలిలో జరిగిన ముఖ్యమంత్రి జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మేమంతా సిద్ధం బహిరంగ సభ వద్ద విజయసాయిరెడ్డి మీడియాతో మాట్లాడారు. రాష్ట్రంలోని 175 అసెంబ్లీ స్థానాలను లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామని, ఎట్టి పరిస్థితిల్లోనూ 2019 ఫలితాలను మించి సీట్లు సాధిస్తామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

అభివృద్ధిపై బాబు తప్పుడు ఆరోపణలు

రాష్ట్రంలో అభివృద్ధిపై చంద్రబాబు తప్పుడు ఆరోపణలు చేస్తున్నాడని, జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి పాలనలో అభివృద్ధిలో ఆంధ్రప్రదేశ్ దేశంలోనే మొదటి మూడు స్థానాల్లో ఉందన్నారు. రామాయపట్నం పోర్టు, జువ్వలదిన్నె ఫిషింగ్ హార్బర్, సంగం బ్యారేజీ, నెల్లూరు బ్యారేజీ, ఉదయగిరి అగ్రికల్చరల్ వర్సిటీ, అపాచీ లెథర్ ఫ్యాక్టరీ, క్రిబ్కో ఇథనాల్ ప్లాంట్, విశ్వసముద్ర బయో ఎనర్జీ ప్లాంట్, రూ.1600 కోట్లతో మాండలీస్ చాక్లెట్స్, శ్రీసిటీలో వరుసగా మూడు ఏసీ తయారీ యూనిట్లు ఏర్పాటయ్యాయన్నారు. రూ.18 వేల కోట్ల పెట్టుబడితో ఐదు వేల మందికి ఉద్యోగావకాశాలు లభించాయన్నారు. రాష్ట్రంలో నాడు–నేడు కింద 45 వేల పాఠశాలల అభివృద్ధి, 15 వేల గ్రామ సచివాలయాలు, 12 వేల విలేజ్ హెల్త్ క్లినిక్స్, 12 వేల రైతు భరోసా కేంద్రాల ఏర్పాటు చేసినట్లు వివరించారు. 10 ఫిషింగ్ హార్బర్లు, 4 మెగా పోర్టులు, విశాఖ కేంద్రంగా అనేక సాఫ్ట్‌వేర్ కంపెనీలు, తడలో శ్రీసిటీలో కొత్త కంపెనీల ఏర్పాటుతో లక్షల మందికి ఉపాధి లభించిందన్నారు. దక్షిణ భారతదేశానికి సరిపడా విద్యుత్ ఉత్పత్తి సామర్థ్యంతో ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద విద్యుత్ ప్లాంట్ ఏర్పాటు చేశామన్నారు. వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం ఐదేళ్ల పాలనలో రాష్ట్రంలో రాజీలేని అభివృద్ధి చేసిందన్నారు. వ్యవసాయ, సేవా, పారిశ్రామిక రంగాల్లో దేశంలోనే ఏపీ ముందుందన్నారు. సంక్షేమంలో రాష్ట్రం దేశంలోనే ప్రథమ స్థానంలో ఉందన్నారు.

బీజేపీకి ద్రోహం చేస్తూ చంద్రబాబు కోసం పనిచేస్తున్న పురందేశ్వరి

బీజేపీ రాష్ట్రాధ్యక్షురాలు పురందేశ్వరి ఆ పార్టీకి ద్రోహం చేస్తూ టీడీపీ కోసం పనిచేస్తున్నారని విజయసాయిరెడ్డి విమర్శించారు. టీడీపీ అధికారంలోకి రావాలనుకుంటే ఆ పార్టీలోనే చేరి నేరుగా సేవలందించవచ్చని, తెరవెనుక పాత్ర పోషించడం ఎంత వరకు కరెక్ట్ అని ప్రశ్నించారు. ఈ విషయాన్ని బీజేపీ నాయకులు ఇప్పటికే గుర్తించారన్నారు. టీడీపీ నెల్లూరు ఎంపీ అభ్యర్థి వేమిరెడ్డి ప్రభాకర్‌రెడ్డి, ఆయన సతీమణి వైఎస్సార్‌సీపీలో కీలక పదవులు అనుభవించి ముస్లిం మైనార్టీకి నెల్లూరు సిటీ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థిగా టికెట్ ఇవ్వడాన్ని వ్యతిరేకించి పార్టీకి దూరమవడం శోచనీయమన్నారు.కార్యదీక్ష, పట్టుదల, ప్రజా సంక్షేమం కోసం నిరంతరం పరితపించే గుణం ఉన్న వ్యక్తే నిజమైన ప్రజానాయకుడవుతాడని, అటువంటి గుణాలు వైఎస్సార్‌సీపీ అధినేత, ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డిలో పుష్కలంగా ఉన్నాయన్నారు.

జగనన్నను మళ్లీ సీఎంను చేసుకుందాం

కలిగిరి: ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల ద్వారా ప్రతి ఇంటికీ లబ్ధి చేకూర్చిన జగనన్నను మళ్లీ ముఖ్యమంత్రిని చేసుకుంటామని కలిగిరి, బ్రాహ్మణక్రాక ప్రాంతాల రైతులు, మహిళలు ముక్తకంఠంతో తెలిపారు. ఉదయగిరి నియోజకవర్గ వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకులు కూసపాటి సుబ్బారెడ్డి, డి.శ్రీధర్‌రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో మేమంతా సిద్ధం బస్సుయాత్రకు వచ్చిన ముఖ్యమంత్రి జగనన్నను కొండబిట్రగుంట క్రాస్ రోడ్డు వద్ద కలిసి శనివారం కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి బస్సు దిగొచ్చి రైతులు, మహిళలను, వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకులను ఆప్యాయంగా పలకరించారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు మాట్లాడుతూ నెల్లూరు ఎంపీగా విజయసాయిరెడ్డిని, ఉదయగిరి ఎమ్మెల్యేగా మేకపాటి రాజగోపాల్‌రెడ్డిని అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపిస్తామని చెప్పారు. వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకులు మెట్టుకూరు భాస్కర్‌రెడ్డి, మారెళ్ల మధుసూదన్‌రెడ్డి, వింతా ప్రభాకర్‌రెడ్డి, కూరపాటి కృష్ణారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.


కొండబిట్రగుంట క్రాస్‌రోడ్డు వద్ద సీఎం జగన్‌ను కలిసేందుకు వచ్చిన రైతులు, మహిళలు, నాయకులు

నెల్లూరు పౌల్ట్రీ అసోసియేషన్ ధరలు



బ్రాయిలర్ (లైవ్)	:161
లేయర్ (లైవ్)	:95
బ్రాయిలర్ చికెన్	:280
బ్రాయిలర్ స్కిన్‌లెస్	:310
లేయర్ చికెన్	:162

నిమ్మధరలు పొదలకూరు (కిలో)



పెద్దవి	:రూ.70
సన్నవి	:రూ.60
పండ్లు	:రూ.24

సమస్యాత్మక పోలింగ్ కేంద్రాల్లో సజావుగా ఎన్నికలు

- కలెక్టర్ ఎం హరినారాయణన్

నెల్లూరు(దర్గామిట్ట) జిల్లాలోని 445 సమస్యాత్మక పోలింగ్ కేంద్రాల్లో సజావుగా ఎన్నికలు నిర్వహించడానికి చర్యలు తీసుకున్నామని కలెక్టర్ హరినారాయణన్ తెలిపారు. శనివారం సచివాలయం నుంచి రాష్ట్ర ప్రధాన ఎన్నికల అధికారి పోలింగ్ ఏర్పాట్లపై జిల్లాల కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌లో పాల్గొన్న కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశాల మేరకు 1238 పోలింగ్ కేంద్రాల్లో వెబ్‌క్యాస్టింగ్‌కు ఏర్పాట్లు చేశామని తెలిపారు. జిల్లాలోని 18 ప్రాంతాల్లో చెక్‌పోస్టులను ఏర్పాటు చేశామని చెప్పారు. మద్యం, డ్రగ్స్, నగదు అక్రమ రవాణా జరగకుండా నిరంతరం తనిఖీలు చేపడుతున్నామన్నారు. ఎన్నికల నియమావళిని ఉల్లంఘించిన 22 మంది వలంటీర్లను తొలగించామని తెలిపారు. 9 మంది వలంటీర్లపై కేసులు నమోదు చేశామన్నారు. మరో 29 మంది కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగులను తొలగించామని, 8 మందిపై కేసులు నమోదు చేశామని వివరించారు. జిల్లాలో సీ విజిల్ యాప్ ద్వారా 275 ఫిర్యాదులు అందగా పరిష్కరించామని తెలిపారు. ఈ వీడియోకాన్ఫరెన్స్‌లో డీఆర్వో ఎస్ లవన్న, అదనపు ఎస్పీ ప్రసాద్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.


వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌లో మాట్లాడుతున్న కలెక్టర్ హరినారాయణన్

రాజకీయ ప్రకటనలకు డిక్లరేషన్ తప్పనిసరి

పత్రికల్లో వచ్చే రాజకీయ ప్రకటనలు, బయట ముద్రించే పోస్టర్లు, కరపత్రాలకు సంబంధించి ప్రింటర్లు 48 గంటల్లోపు డిక్లరేషన్ ఫారాలను అందజేయాలని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి, కలెక్టర్ ఎం హరినారాయణన్ శనివారం తెలిపారు. ఎన్నికల నేపథ్యంలో పెద్ద, చిన్నపత్రికలు రాజకీయ ప్రకటనలు ప్రచురిస్తున్నాయని, అందుకు సంబంధించి ఎంపెండిక్స్ ఏ,బీ పబ్లిషర్స్ ఆధార్ కార్డు, ప్రకటన పాంప్లెట్, పోస్టర్ కాపీలతో పాటు సంబంధిత బిల్లును జతచేసి జిల్లా ఎన్నికల అధికారి కార్యాలయం లేదా ఎంసీఎంసీ కార్యాలయంలో గానీ అందజేయాలని సూచించారు. ఆ విధంగా చేయని వారి విషయంలో సెక్షన్ 127ఏ ప్రకారం చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు.

సాక్షి ఫ్యామిలీ
నెల్లూరు
ఆదివారం ॥ 7-4-2024

వైరల్



జీవితం అనే గురువు పాఠాలు, గుణపాఠాలు నేర్పుతుంది

సంజయ్ లీలా భన్సాలి 'హీరామండి- ది డైమండ్ బజార్' వచ్చే నెల నెట్‌ఫ్లిక్స్‌లో విడుదల కానుంది. 'హీరామండి'లో మనిషా కోయిరాల నటించింది. 'హీరామండి' విడుదలకు ముందు ఇన్‌స్టాగ్రామ్ హ్యాండిల్‌లో తన జీవితంలోని ప్రధాన సంఘటనల గురించి సుదీర్ఘమైన నోట్ రాసింది మనిషా. క్యాన్సర్‌తో తాను పోరాడిన రోజులను గుర్తు తెచ్చుకుంది.

'ఎన్నో మంచి పాత్రలలో నటించాను. ఎంతో మంది ఉత్తమ దర్శకులతో కలిసి పనిచేశాను. ఎంతోమంది స్నేహాన్ని పొందాను. దేవుడి దయతో క్యాన్సర్‌తో పోరాడి గెలిచాను. జీవితంలో ఎత్తుపల్లాలు ఉంటాయి. నా జీవితంలో ఎన్నో లోతులను చూశాను. జీవితాన్ని మించిన గురువు లేదు. ఎన్నో పాఠాలు, గుణపాఠాలు నేర్పుతుంది. కాలం విలువను తెలుసుకున్నాను' అంటూ రాసింది. మనిషా కోయిరాల రాసిన ఈ నోట్ నెట్‌జనులను బాగా కదిలించింది.



మా నాయినే! కొబ్బరికాయను తలకేసి కొట్టుకున్నాడు

కొబ్బరికాయను రాయిపై కొడితే పగులుతుంది. నుదుటిపై కొడితే? వైరల్ అవుతుంది! విషయంలోకి వస్తే... తమిళనాడుకు చెందిన ఒక వ్యక్తి కొబ్బరికాయ పట్టుకొని పూజాపీఠం దగ్గర శ్లోకాన్ని జపించాడు. ఆ తరువాత తల పైకి లేపి కొబ్బరికాయను నుదుటి మీద కొట్టుకున్నాడు. 'యాక్షన్‌కు రియాక్షన్' అనేది ప్రకృతి ధర్మం కదా! సదరు వ్యక్తి వెంటనే కుప్పకూలిపోయాడు. ఈ వీడియో వైరల్ కావడం మాట ఎలా ఉన్నా వ్యక్తి చర్యను నెటిజనులు ఖండించారు. 'ఆపరేషన్ సక్సెస్ బట్ పేషెంట్ డెడ్', 'గాయపడింది నువ్వు కాదు... కొబ్బరికాయ'లాంటి సరదా కామెంట్స్ ఎన్నో కనిపించాయి.

స్కేట్‌బోర్డ్‌పై మనాలి టు కన్యాకుమారి

'మనాలి నుంచి కన్యాకుమారికి ఎలా వెళతాం?' అనే ప్రశ్నకు 'స్కేట్‌బోర్డ్ మీద' అని ఎవరూ చెప్పరు. 'మీరు చెప్పక పోతేనేం... నేనైతే స్కేట్‌బోర్డ్ మీదే వెళ్లాను' అంటున్నాడు రితిక్. ప్రొఫెషనల్ స్కేట్ బోర్డర్ అయిన రితిక్ క్రాడ్జెల్ మనాలి నుంచి కన్యాకుమారికి స్కేట్‌బోర్డ్ మీద వెళ్లాడు.



ఈ ప్రయాణానికి సంబంధించిన వీడియోలు నెట్ లోకాన్ని అబ్బురపరుస్తున్నాయి.

చిన్న బ్యాక్‌ప్యాక్‌తో బయలుదేరిన రితిక్ 100 రోజుల్లో తన ప్రయాణాన్ని పూర్తి చేశాడు. రీల్స్, వీడియోలలో తనకు ఎదురైన అనుభవాలను నెటిజనులతో పంచుకున్నాడు. గూగుల్ మ్యాప్స్ పనిచేయకపోవడం నుంచి దట్టమైన పొగమంచుతో హైవేల జీరో విజిబిలిటీ వరకు రితిక్‌కు ఎన్నో సవాళ్లు ఎదురయ్యాయి.

ఎన్ని సవాళ్లు ఎదురైనా ముందుకే వెళ్లాడు. రితిక్ సాహసం, ఓపికకు నెటిజనులు ప్రశంసల వర్షం కురిపించారు.

చిప్స్ ఉండగా పూల చింత ఏల!

'పెళ్లి ఊరేగింపు కారును దేనితో అలంకరిస్తారు?' అనే ప్రశ్నకు టక్కున వినిపించే జవాబు... పువ్వులు.

పూల కొరతో, ఖర్చు అనుకున్నారో.. వైవిధ్యం కోసమో ఏమో తెలియదుగానీ ఈ పెళ్లి కారును పొటాటో చిప్స్ ప్యాకెట్స్‌తో అలంకరించారు. సత్పాల్ యాదవ్ అనే ఇన్‌స్టాగ్రామ్ యూజర్ పోస్ట్ చేసిన ఈ వీడియో వైరల్ అయింది. చిప్స్‌తో ముస్తాబైన ఈ పెళ్లి కారు గురించి నెటిజనులు సరదాగా స్పందించారు.

'పొటాటో చిప్స్ బ్రాండ్‌ను ప్రమోట్ చేసే పబ్లిసిటీ ఇది'

'చిప్స్ అంటే ఎంత ఇష్టముంటే మాత్రం ఇలానా!'

'చిప్స్‌కు బదులుగా ఫైవ్‌స్టార్ చాక్లెట్స్‌తో ముస్తాబు చేసి ఉంటే కారు వెంట జనాలు పరుగులు తీసేవారు'... ఇలాంటి కామెంట్స్ ఎన్నో కనిపించాయి.





ది గ్రేట్ వడా పావ్ వార్

ఢిల్లీ 'వైరల్ వడా పావ్ గర్ల్'గా పాపులర్ అయిన చంద్రికా గెరా దీక్షిత్ తాజాగా తన ఫుడ్ కార్ట్ సార్టప్‌తో రాత్రికి రాత్రి సెన్సేషన్‌గా మారింది. దీక్షిత్ పాపులారిటీ మాట ఎలా ఉన్నా ఆమెకు పోటీదారులు పెరిగారు. దీక్షిత్ ఫుడ్ కార్ట్ చుట్టుపక్కల పోటీదారులు వడా పావ్ బండ్లను ఏర్పాటు చేస్తున్న వీడియోలు వైరల్ అయ్యాయి. 'పాపులారిటీనే కొంపముంచిందా!' లాంటి హెడ్‌లైన్స్ నెటిజనుల నుంచి లైన్ కట్టాయి.

'నిన్న నేను రానందున తన బండిని ఉంచానని ఆంటీ చెప్పింది. ఈరోజు కూడా ఇక్కడే పెట్టింది. ఒకరి వ్యాపారాన్ని దెబ్బతీయాలనుకోవడం సమంజసమా!' అని తన ఆవేదనను వెళ్లగక్కింది దీక్షిత్.

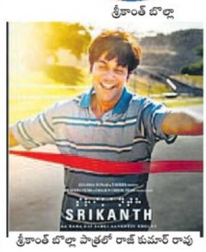
ఫుడ్ వ్లాగర్ పూడీ మానేహా ఈ వీడియోను ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో షేర్ చేసింది.

ఈ వీడియో వైరల్ కావడంతో పోటీదారు ఆంటీ 'ఒకరి వ్యాపారాన్ని దెబ్బతీసే ఉద్దేశం నాకు లేదు. నా పని నేను చేసుకుపోతున్నాను' అని ఎర్రటి ఎండల్లో కూల్‌గా బదులిచ్చింది. 'బండి ఎవరు పెట్టారనేది కాదు... రుచి ముఖ్యం' అని కూడా సెలవిచ్చింది.

మన తెలుగువాడి బయోపిక్

చూపు లేకపోయినా అంట్రప్రెన్యూర్‌గా విజయం సాధించిన మన తెలుగువాడు శ్రీకాంత్ బొల్లా బయోపిక్ ఫస్ట్‌లుక్ వైరల్ అయ్యింది.
రాజ్ కుమార్ రావు శ్రీకాంత్ పాత్ర పోషిస్తున్నాడు.


శ్రీకాంత్ బొల్లా



శ్రీకాంత్ బొల్లా పాత్రలో రాజ్ కుమార్ రావు

పుట్టుకతో అంధత్వం వెంటాడినా విజయాలు అందుకోవడానికి అది అడ్డుకాదని నిరూపించిన తెలుగు పారిశ్రామికవేత్త శ్రీకాంత్ బొల్లా బయోపిక్ 'శ్రీకాంత్' ఫస్ట్‌లుక్ విడుదలైంది. మంచి నటుడిగా పేరు గడించిన రాజ్‌కుమార్ రావు శ్రీకాంత్ పాత్రను పోషిస్తుండటం విశేషం. మచిలీపట్నంలో జన్మించిన శ్రీకాంత్ బొల్లా ఇంజినీరింగ్ చదువు విషయంలో చాలా సవాళ్లు ఎదుర్కొన్నాడు. అంధుడైన కారణాన ఐఐటీలో సీటు పొందలేకపోయాడు. అయితే పట్టుదలతో మసాచూసెట్స్ యూనివర్సిటీలో తొలి అంతర్జాతీయ అంధ విద్యార్థిగా దఖలయ్యి చదువుకున్నాడు. భారత్‌కు తిరిగి వచ్చి పారిశ్రామిక రంగంలో కీర్తి గడించాడు. బొల్లా జీవితం ఇప్పటికే ఎందరికో ఆదర్శం అయ్యింది. వెండితెర మీద ఆయన జీవితం చూసి మరెందరో స్ఫూర్తి పొందుతారు. తుషార్ హీరానందాని ఈ సినిమా దర్శకుడు.

నగదు మాత్రమే ఇవ్వండి



జేబులో డబ్బులు పెట్టుకోవడం జనం మానేశారు. ఖర్మగాలి ఫోన్ పే పని చేయకపోతే తెల్లముఖాలు వేస్తున్నారు. నగదు లావాదేవీల వల్ల ఎంత ఖర్చవుతున్నదో ఎంత మిగిలి ఉన్నదో తెలిసేది. కాని ఆన్‌లైన్ పేమెంట్లకు హద్దు లేదు. ఈ నేపథ్యంలో చెన్నైలో ఆటో నడిపే ఒక పెద్దాయన తన ఆటోలో పెట్టిన నోటీస్ ఇంటర్‌నెట్‌లో వైరల్ అయ్యింది.
నగదు అవసరాన్ని గుర్తు చేసే పోస్ట్ ఇది.

'జీ పే చేయొద్దు. డబ్బు డ్రా చేయడానికి ఏటీఎం దగ్గర ఆపమని అడగొద్దు' అని చెన్నైలో ఒక ఆటోబాబాయ్ పెట్టిన బోర్డు ఇంటర్‌నెట్‌లో వైరల్ అయ్యింది. గతంలో అందరి దగ్గర డబ్బులుండేవి. ఆటో ఎక్కినా దిగినా డబ్బు ఇచ్చి బేరం ముగించేవారు. ఇప్పుడు అందరూ జీపే, ఫోన్‌పే చేస్తున్నారు. అయితే కొన్ని దుకాణాల్లో ఇప్పటికీ 'నగదు మాత్రమే' అనే బోర్డులు ఉన్నాయి. దానికి కారణం డిజిటల్ లావాదేవీల్లో ఏదైనా మోసం జరుగుతుందేమోనని. ఈ ఆటోబాబాయ్‌కి కూడా అలాంటి అనుభవాలు ఎదురై ఉండొచ్చు. లేదా ఎక్కిన వారు జీపే పని చేయకపోతే ఏటీఎం దగ్గరకు వెళదామని టైమ్ వేస్ట్ చేస్తూ ఉండొచ్చు. అందుకనే స్పష్టంగా 'ఏటీఎం దగ్గర ఆటో ఆపమని అడగొద్దు' అంటూ బోర్డ్ పెట్టాడు. చెన్నైలో ఇతని ఆటో ఎక్కిన మహిళ ఈ బోర్డును ఫొటో తీసి 'ఎక్స్'లో పెడితే ఇంటర్‌నెట్‌లో మంచి డిబేట్ నడిచింది. 'ఇలాగైతే ఎలా' అని కొందరంటే 'బ్యాంకు ట్రాన్సాక్షన్స్ అన్నీ డిజిటల్ పేమెంట్ల వల్ల ప్రభుత్వానికి ఎందుకు తెలియాలి?' అని కొందరు ప్రశ్నించారు. చివరకు ఆటో ఎక్కిన మహిళ తన అపార్ట్‌మెంట్ దగ్గర దిగి, సెక్యూరిటీ దగ్గర అప్పు తీసుకుని ఆటో బాబాయ్‌కి చెల్లించి బతుకు జీవుడా అనుకుంది.

హెల్త్

నేడు ప్రపంచ ఆరోగ్య దినోత్సవం





ఏయే వయసుల్లో ఏయే వ్యాక్సిన్‌లు! ఏయే వైద్య పరీక్షలు..?

ఆరోగ్య సమస్య ఏమైనా వస్తే చికిత్స తప్ప ప్రత్యామ్నాయం లేదు. కానీ సమస్య రాకుండా ముందే నివారించుకుంటే ఆరోగ్యానికి ఢోకా ఉండదు. చికిత్స కంటే నివారణే మేలు అనే సూక్తి మేరకు వ్యాధుల నివారణకు ఉపయోగపడే అంశాల్లో మొట్టమొదటి అంశం టీకాలు (వ్యాక్సిన్లు). రెండో అంశం... లక్షణాలు కనిపించగానే చేయించాల్సిన వైద్యపరీక్షలు. నేడు 'వరల్డ్ హెల్త్ డే'. ఈ సందర్భంగా ఏ వయసులో వారు ఏయే వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవాలన్న అంశంపై అవగాహన కోసం ఈ కథనం.

టీకాలు

చిన్నారి పుట్టిన వెంటనే... ఓపీవీ, బీసీజీలతో పాటు హెపటైటిస్ బి వ్యాక్సిన్ ఇస్తారు. ఆ తర్వాత 6, 10, 14 వారాల్లో ఇస్తారు).

ఆరు వారాలప్పుడు : • డీ-ట్యాప్ (డిఫ్తీరియా, టెటనస్, పెర్టుసిస్) / డీపీటీ టీకా ఫస్ట్ డోస్ • హెచ్ఐబీ (హిబ్) (హీమోఫీలస్ ఇన్‌ఫ్లుయెంజా టైప్ బి) టీకా ఫస్ట్ డోస్ • ఐపీవీ (ఇనాక్టివేటెడ్ పోలియో వైరస్)/ఓపీవీ (ఓరల్ పోలియో వ్యాక్సిన్) టీకా ఫస్ట్ డోస్ • పీసీవీ 13 (న్యూమోకోకల్ కాంజుగేట్ టీకా) ఫస్ట్ డోస్ • రొటావైరస్ టీకా మొదటి డోస్ (ఇది నోటిద్వారా ఇస్తారు) • హెపటైటిస్-బి వ్యాక్సిన్ రెండో డోస్.

పది వారాలప్పుడు: • డీ-ట్యాప్ (డిఫ్తీరియా, టెటనస్, పెర్టుసిస్) / డీపీటీ టీకా రెండో మోతాదు • హెచ్ఐబీ (హిబ్) (హీమోఫీలస్ ఇన్‌ఫ్లుయెంజా టైప్ బి) టీకా రెండో మోతాదు • ఐపీవీ / ఓపీవీ (ఓరల్ పోలియో వ్యాక్సిన్) టీకా రెండోడోస్ • పీసీవీ 13 రెండో మోతాదు • నోటిద్వారా ఇచ్చే రొటావైరస్ టీకా రెండో డోస్ • హెపటైటిస్-బి మూడో డోస్.

పద్నాలుగు వారాలప్పుడు: • డీ-ట్యాప్ (డిఫ్తీరియా, టెటనస్, పెర్టుసిస్) / డీపీటీ టీకా మూడో మోతాదు • హెచ్ఐబీ (హిబ్) (హీమోఫీలస్ ఇన్‌ఫ్లుయెంజా టైప్ బి) టీకా మూడోమోతాదు • ఐపీవీ (ఇనాక్టివేటెడ్ పోలియో వైరస్)/ ఓపీవీ (ఓరల్ పోలియో వ్యాక్సిన్) టీకా మూడో మోతాదు • పీసీవీ 13 (న్యూమోకోకల్ కాంజుగేట్ టీకా) మూడో మోతాదు • రొటావైరస్ టీకా మూడో డోస్ (ఇది నోటిద్వారా ఇచ్చే డోస్) • హెపటైటిస్-బి వ్యాక్సిన్ నాలుగో మోతాదు.

ఆరు నెలల వయసప్పుడు : • ఇన్‌ఫ్లుయెంజా టీకా మొదటి మోతాదు • ఓపీవీ (ఓరల్ పోలియో వ్యాక్సిన్) మొదటి మోతాదు

ఏడు నెలల వయసప్పుడు : • ఇన్‌ఫ్లుయెంజా టీకా రెండో మోతాదు

తొమ్మిది నెలల వయసప్పుడు : • ఓపీవీ (ఓరల్ పోలియో వ్యాక్సిన్) రెండో మోతాదు • ఎంఎంఆర్ (తట్టు, గవదబిళ్లలు, రుబెల్లా) టీకా ఫస్ట్ డోస్ • టైఫాయిడ్ కాంజుగేట్ వ్యాక్సిన్ ఇస్తారు.

పన్నెండు నుంచి 15 నెలల వయసప్పుడు: • ఎంఎంఆర్ (తట్టు, గవదబిళ్లలు, రుబెల్లా) టీకా రెండో మోతాదు • వారిసెల్లా (చికెన్‌పాక్స్) టీకా మొదటి మోతాదు • హెపటైటిస్-ఏ టీకా మొదటి మోతాదు (దీని రెండో డోస్ సాధారణంగా 18 నెలలప్పుడు ఇస్తారు) • పీసీవీ (ప్యాక్‌డ్ సెల్ వాల్యూమ్) బూస్టర్.

పద్దెనిమిది నెలల వయసప్పుడు : • డీట్యాప్ టీకా మొదటి బూస్టర్ డోస్ • హెచ్ఐబీ (హిబ్) టీకా మొదటి బూస్టర్ డోస్ • ఐపీవీ లేదా ఓపీవీ టీకా • హెపటైటిస్-ఏ రెండో డోస్.

మూడేళ్ల వయసప్పుడు: • వారిసెల్లా వ్యాక్సిన్ రెండో డోస్ టీకా.

ఐదేళ్లప్పుడు: • డీ-ట్యాప్ టీకా రెండో బూస్టర్ • ఐపీవీ టీకా • ఎంఎంఆర్ టీకా మూడో డోస్.

పది నుంచి పన్నెండేళ్ల వయసప్పుడు: • హెచ్‌పీవీ టీకా మొదటి డోస్ (దీని రెండు, మూడు డోసులు 9 నుంచి 18 ఏళ్ల వయసప్పుడు) • టీడ్యాప్ టీకా బూస్టర్ డోస్ • మెనింగోకోకల్ కాంజుగేట్ టీకా మొదటి డోస్ (దీని బూస్టర్ 16 ఏళ్ల వయసప్పుడు ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది).

పదిహేను నుంచి 16 ఏళ్ల వయసప్పుడు: • మెనింగోకోకల్ కాంజుగేట్ టీకా బూస్టర్ డోస్ • టీడీ / డీటీ టీకా.

18 నుంచి 65 ఏళ్ల వరకు: ఈ వయసులో ఎవరికైనా మంచి వ్యాధి నిరోధకత ఉంటుంది. గతం లో ఏదైనా వ్యాక్సిన్ తీసుకోకపోతే... డాక్టర్ సలహా మేరకు తీసుకోవచ్చు. వ్యాక్సిన్ తీసుకున్నదీ లేనిదీ గుర్తులేనప్పుడు డాక్టర్‌కు ఆ విషయం చెబితే... వారు కొన్ని పరీక్షల ద్వారా వ్యాక్సిన్ తీసుకున్నదీ లేనిదీ నిర్ధారించి అవసరమైతే ఇస్తారు.

65 ఏళ్లు పైబడిన వారికి: ఈ వయసు దాటాక కొన్ని వ్యాక్సిన్లు తప్పనిసరిగాను, మరికొన్ని అవసరాన్ని బట్టి తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఉదాహరణకు... • పీసీవీ-13 అండ్ పీపీఎస్‌వీ 23 అనే వ్యాక్సిన్లను సాధారణంగా 65 ఏళ్లు దాటినవారికి ఇస్తుంటారు. ఇవి నిమోనియాను నివారించే నిమోకోకల్ వ్యాక్సిన్సులు. ఇందులో తొలుత పీసీవీ-13 ఇస్తారు. ఆ తర్వాత రెండు నెలలకు పీపీఎస్‌వీ-23 ఇస్తారు • టీ-డ్యాప్ వ్యాక్సిన్ : చిన్నప్పుడు తీసుకున్న టెటనస్, డిఫ్తీరియా, పెర్టుసిస్ వ్యాధులను నివారించే వ్యాక్సిన్ తాలూకు బూస్టర్ డోసులను 65 ఏళ్లు పైబడ్డ తర్వాత ప్రతి పదేళ్లకోమారు తీసుకుంటూ ఉండాలి.


డాక్టర్ బీవీఎస్ అపూర్వ
కన్సల్టెంట్ పల్మనాలజిస్ట్

ముందుగానే కొన్ని వైద్య పరీక్షలు చేయించడం వల్ల కొన్ని వ్యాధుల్ని కనుగొని సంపూర్ణంగా నయం చేసుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు సర్వైకల్ క్యాన్సర్ అనే వ్యాధికి సుదీర్ఘమైన ముందస్తు వ్యవధి ఉంటుంది. అంటే అసలు వ్యాధి రావడానికి పదేళ్ల ముందునుంచే 'ప్రీ-సర్వైకల్ పీరియడ్' ఉంటుంది. పాప్ స్మియర్ అనే పరీక్ష ద్వారా వ్యాధి రాబోయే దశాబ్దకాలం ముందుగానే దాన్ని కనుగొనవచ్చు. క్యాన్సర్ ను ఎంత త్వరగా కనుగొంటే అంత తేలికగా నయమవుతుంది. ఆరోగ్యంగా ఉండటం కోసం ముందస్తుగా ఏయే వయసుల్లో ఏయే వైద్యపరీక్షలు ఉపకరిస్తాయో తెలుసుకుందాం.

పరీక్షలు

0 - 10 ఏళ్ల వయసులో: ఈ వయసులో అవసరం అయితే తప్ప పెద్దగా వైద్యపరీక్షలు అవసరం లేదు.

11 - 20 ఏళ్లు : ఇది యుక్త వయసులోకి మారే దశ. నిర్దిష్టంగా ఏవైనా వైద్యసమస్యలు ఉండటం లేదా లక్షణాలు కనిపించడం వంటి సమయాల్లో తప్ప... ఈ వయసులోనూ పెద్దగా వైద్యపరీక్షలు అవసరం పడవు.

20 - 30 ఏళ్లు : ఈ వయసులో కొన్ని లైంగిక సాంక్రమిక వ్యాధులు (ఎస్‌టీఐ'స్) కోసం మరీ ముఖ్యంగా హెపటైటిస్-బీ నిర్ధారణ పరీక్షలు చేయించి హెచ్‌బీఐజీ వ్యాక్సిన్ తీసుకోవాలి. అలాగే అమ్మాయిలైతే పాప్‌స్మియర్ వంటి గైనిక్ పరీక్షలు చేయించుకుని, 12 ఏళ్ల నుంచి 26 ఏళ్ల మధ్యకాలంలో హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సిన్ తీసుకోవడం ప్రయోజనకరం.

30 నుంచి 40 ఏళ్లు : ఈ వయసు నుంచి డయాబెటిస్ కోసం హెచ్‌బీఏ1సీ అనే రక్తపరీక్షలు, రక్తపోటు పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఏవైనా తేడాలుంటే వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించి ఈసీజీ, టూ డీ ఎకో, అవసరాన్ని బట్టి ట్రెడ్‌మిల్ వంటి పరీక్షలు చేయించాలి. అలాగే క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలూ మంచిదే. మహిళలైతే డాక్టర్ సలహా మేరకు బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ స్క్రీనింగ్ కోసం మామోగ్రామ్ పరీక్ష చేయించాలి.

40 - 50 ఏళ్లు : ఈ వయసు నుంచి దేహంలో కొన్ని మార్పులు మొదలవుతాయి. అందుకే ఈ వయసులో పరీక్షలు తరచూ చేయిస్తుండటం మేలు. రక్తపోటును తెలుసుకోవడం కోసం సిస్టోల్, డయాస్టోల్ ప్రెషర్స్, రక్తంలో చక్కెర మోతాదుల కోసం హెచ్‌బీఏ1సీతో పాటు అవసరమైతే గ్లూకోస్ టాలరెన్స్ టెస్ట్ (జీటీటీ), పొద్దున్నే పరగడుపున, ఏదైనా తిన్న తర్వాత చేసే ఫాస్టింగ్ బ్లడ్ షుగర్, పోస్ట్ ప్రాండియల్ వైద్య పరీక్షలతోపాటు అవసరాన్ని బట్టి కొన్నిరకాల క్యాన్సర్ పరీక్షలు చేయించడం మంచిది.

అలాగే మహిళలైతే ఆస్టియోపోరోసిస్ నిర్ధారణ కోసం బోన్ డెన్సిటీ పరీక్ష చేయించాలి. దాంతోపాటు మామోగ్రామ్, పాప్ స్మియర్ పరీక్షలను డాక్టర్ చెప్పిన వ్యవధుల్లో చేయించాలి.

ఇక పురుషులైతే ఈ వయసు నుంచి ప్రోస్టేట్ స్పెసిఫిక్ ఏంటీజెన్... సంక్షిప్తంగా పీఎస్ఏ అనే పరీక్షను డాక్టర్లు చెప్పిన వ్యవధుల్లో చేయించుకుంటూ ఉండాలి.

50 - 60 ఏళ్లు : చాలామంది 50 ఏళ్ల వరకు ఎలాంటి పరీక్షలు చేయించకపోవచ్చు. అయితే అలాంటివాళ్లంతా ఈ 50 - 60 ఏళ్ల మధ్యవయసులో తప్పక వైద్యపరీక్షలు చేయించాల్సిన అవసరం తప్పక వస్తుంది. ముందు నుంచి పరీక్షలు చేయించని వాళ్లతోపాటు ఈ వయసులోని అందరూ ఆస్టియోపోరోసిస్ నిర్ధారణ కోసం బోన్ స్కాన్, కోలన్ క్యాన్సర్ నిర్ధారణ కోసం కొలనోస్కోపీ, గుండె జబ్బుల కోసం తరచూ ఈసీజీ, టూ డీ ఎకో, ట్రెడ్‌మిల్ పరీక్షలతో పాటు లక్షణాలను బట్టి ఇతర వైద్యపరీక్షలు చేయిస్తుండాలి.

మహిళలకు 50 ఏళ్ల వయసు తర్వాత మెనోపాజ్ రావడంతో గుండెకు ఉండే ఒక సహజ రక్షణ తొలగిపోతుంది. అందువల్ల గతంలో చేయించినా, చేయించక పోయినా ఈ వయసు నుంచి మహిళలు గుండెకు సంబంధించిన అన్ని స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు అంటే ఈసీజీ, టూడీ ఎకో, ట్రెడ్‌మిల్ వంటి పరీక్షలు చేయించాలి.

60 నుంచి 70 ఏళ్లు : ఈ వయసులో వాళ్లనే సీనియర్ సిటిజెన్‌గా పరిగణిస్తుంటారు. పురుషులూ మహిళలు అన్న తేడా లేకుండా... ఈ వయసు నుంచి అందరూ... ఆస్టియోపోరోసిస్ నిర్ధారణ కోసం బోన్ స్కాన్, కోలన్ క్యాన్సర్ నిర్ధారణ కోసం కొలనోస్కోపీ, గుండెజబ్బుల కోసం తరచూ ఈసీజీ, టూ డీ ఎకో, ట్రెడ్‌మిల్ పరీక్షలతోపాటు లక్షణాలను బట్టి మరికొన్ని ప్రత్యేకమైన పరీక్షలు అవసరమవుతాయి.

70+ పైబడ్డాక... ఆపైన కూడా...

ఈ వయసు నుంచి లక్షణాలను బట్టి ఓ వ్యక్తి సంపూర్ణంగా ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు పైన పేర్కొన్న వైద్యపరీక్షలతో పాటు కొన్ని వ్యాక్సిన్లు, మరికొన్ని మందులు తీసుకోవాలి. ఒకవేళ పోషకాహార లోపం ఉంటే, తగిన ఆహారం తీసుకోవాలి. దాంతోపాటు అవసరం అయితే మరికొన్ని హెల్త్ సప్లిమెంట్స్ వంటివి తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.


డాక్టర్ హరికిషన్
సీనియర్ కన్సల్టెంట్
జనరల్ ఫిజీషియన్